

Ziel des Projektes ist es, die Kinder durch das Angebot anzuregen, ihre eigene Einstellung zu Bewegung und Ernährung zu verändern und ihre Eltern zu motivieren, als positive Vorbilder, diesen Prozess zu unterstützen.

Den zweiten Schwerpunkt bildet die **gesunde Ernährung**. Eine Ernährungsexpertin bietet für die Kinder und deren Eltern jeweils eine qualifizierte Ernährungsberatung an. Für die Kinder finden zudem spielerisch gestaltete Kochnachmittage mit einem „Kochprofi“ statt. Termine nach Absprache!

Eine weitere Säule bildet die **psychologische Beratung** der Eltern. Hier können die Eltern in lockerer Atmosphäre mit einer erfahrenen Psychologin und anderen betroffenen Eltern über ihre Probleme und Sorgen diskutieren.

Da es sich um ein Primärpräventionsangebot nach § 20 zur Vermeidung und Reduktion von Übergewicht handelt, kann bei regelmäßiger Teilnahme die Kursgebühr zu 80- 100 % von Ihrer Krankenkasse erstattet werden. Bitte informieren Sie sich vorab bei Ihrer Kasse!

Weitere Informationen erhalten Sie bei **Gelsensport**

Projektleitung: Dipl.- Sportlehrerin Nicole Kons
Grenzstr. 1, Sportzentrum Schürenkamp
45881 Gelsenkirchen
Tel.: 0151/ 15 63 87 37
E-mail: N.Kons@gmx.de
Internet: www.gelsensport.de



Mit freundlicher Unterstützung unseres lokalen Partners
- **Techniker Krankenkasse Gelsenkirchen** -



schwer mobil

**Ein Bewegungs- und
Ernährungsprogramm
für übergewichtige Kinder**

- Neue Angebote 2008 -



schwer mobil

***Ein Bewegungs- und Ernährungsprogramm
für übergewichtige Kinder und deren Eltern***

In **Gelsenkirchen** werden fünf ausgewählte Projektvereine nach den Sommerferien das Projekt des LandesSportBundes NRW „**schwer mobil**“ landesweit umsetzen. Das Projekt läuft über insgesamt **ein Jahr** und gliedert sich in **drei Kurse**:

Angebot des TV Germania Hüllen

Die Teilnehmer können aus zwei Angeboten auswählen:

Kurs A: 15. August- 28. November 08 oder

Kurs B: 18. August- 02. Dezember 08

Kurs 2: Januar-April 09, **Kurs 3:** April- Juli 09

Wann: Kurs A: Freitags von 16:30- 17:30 Uhr

Kurs B: Montags von 16:00- 17:00 Uhr

Wo: Kurs A: Sporthalle LB Förderschule, Hansastr. 2, 45888 GE

Kurs B: Sporthalle Grundschule Sandstr., 45899 GE

Kursleiter: Herr Andreas von der Hagen, ÜL Prävention

TN-Gebühr: 120,00 Euro

Information und Anmeldung:

Herr Andreas von der Hagen

Mobil: 0177/ 8 91 28 53



Angebot des Box-Club Gelsenkirchen-Erle 49

Kurs 1: 02. September- 11. Dezember 2008

Kurs 2: Januar-April 09, **Kurs 3:** April- Juli 09

Wann: Donnerstags von 16:30- 18:00 Uhr

Wo: Turnhalle der Musikschule Neustr. 7, 45891 GE-Erle

Kursleiter: Herr Rainer Napalowski, ÜL Prävention

TN-Gebühr: 120,00 Euro

Information und Anmeldung:

Herr Rainer Napalowski

Tel.: 0209/ 1 20 39 36

E-mail: info-projekt@t-online.de



Angebot des PSV Gelsenkirchen

Kurs 1: 14. August- 18. Dezember 2008

Kurs 2: Januar-April 09, **Kurs 3:** April- Juli 09

Wann: Dienstags von 16:30- 18:00 Uhr

Wo: Sporthalle der Urbanusschule

Kursleiter: Monika u. Ina Heuer, ÜL Prävention

TN-Gebühr: 65,00 Euro

Information und Anmeldung:

Frau Monika Heuer

Tel.: 02043/ 93 42 654

E-mail: heuer.monika@web.de



Angebot des Judoclub Bushido Westerholt

Kurs 1: August- Dezember 2008

Kurs 2: Januar-April 09, **Kurs 3:** April- Juli 09

Wann/ Wo: auf Anfrage!

Kursleiter: Frau Denise Peltzer, Fach-ÜL Judo

Information und Anmeldung:

Frau Denise Peltzer

Tel.: 02365/ 20 94 26

E-mail: denise@judoclub-bushido.de

Internet: www.tut-kindern-gut.de



Angebot der Erler Sportgemeinschaft

Kurs 1: August- Dezember 2008

Kurs 2: Januar-April 09, **Kurs 3:** April- Juli 09

Wann/ Wo: auf Anfrage!

Kursleiter: Stephanie Sauerhoff, Walentin Marenzieln

Information und Anmeldung:

Herr Ulrich Kather

Tel.: 0209/ 14 67 46

Mobil: 0171/ 4 30 63 92

E-mail: uli.kather@t-online.de

Internet: www.erler-sg.de

